

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an merupakan kitab suci yang diturunkan dan diwahyukan Allah SWT. Kepada Nabi Muhammad Saw. secara berangsur-angsur dalam waktu 22 tahun 2 bulan 22 hari, selama 13 tahun di Mekkah dan 10 tahun Madinah.<sup>1</sup> Sebagai rahmat dan petunjuk bagi seluruh umat manusia yang beriman kepada-Nya. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S. Al-A'raf/7: 52

وَلَقَدْ جِئْنَاهُمْ بِكِتَابٍ فَصَّلْنَاهُ عَلَىٰ عِلْمٍ هُدًى وَرَحْمَةً لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ

*“Sungguh, Kami telah mendatangkan kepada mereka Kitab (Al-Qur'an) yang telah Kami jelaskan secara terperinci atas dasar pengetahuan sebagai petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.”*

Sebagai umat Islam, kita semua wajib membaca, mempelajari dan menghayati apapun yang ada dalam Al-Qur'an. Kita juga wajib untuk mengamalkan dan mendakwahkan isi Al-Qur'an dalam kehidupan kita sehari-hari. Karena Al-Qur'an merupakan petunjuk bagi umat manusia yang meletakkan prinsip-prinsip dasar dalam segala persoalan kehidupan manusia dan merupakan kitab universal.<sup>2</sup> Hal ini

---

<sup>1</sup> Alik Al Adhim, *Al-Qur'an Sebagai Sumber Hukum* (Surabaya: Jpbooks, 2016), 6

<sup>2</sup> Muhammad Chirzin, *Permata Al-Qur'an* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2014), 3

dikarenakan Al-Qur'an merupakan kitab yang membawakan kepada kebenaran untuk umat Islam. Sebagaimana yang tercantum dalam firman-Nya Q.S. An-Nisa/4: 105

إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِتَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ بِمَا أَرَبَكَ اللَّهُ وَلَا تَكُنْ لِلْخَائِبِينَ  
خَصِيمًا

*“Sesungguhnya Kami telah menurunkan Kitab (Al-Qur'an) kepadamu (Nabi Muhammad) dengan hak agar kamu memutuskan (perkara) di antara manusia dengan apa yang telah Allah ajarkan kepadamu. Janganlah engkau menjadi penentang (orang yang tidak bersalah) karena (membela) para pengkhianat”*

Era Revolusi industri 4.0 dan globalisasi serta transformasi sosial sudah memicu lahirnya tegangan mental, tekanan mental, depresi, psikosis, kecemasan, dan kegelisahan yang berkepanjangan. Hasil survei persatuan dokter spesialis kesehatan jiwa pada tahun 2007 menyatakan bahwa 94 persen masyarakat Indonesia mengalami depresi ringan dan berat.<sup>3</sup> Perkembangan zaman dan teknologi modern saat ini, terlebih lagi yang menyangkut masalah psikologi manusia dapat meningkatkan statistik penderita kegelisahan, kecemasan, tekanan batin dan lain sebagainya.

Seseorang yang mengalami ketidakstabilan emosional dalam spiritual dan psikologi beresiko tinggi mempunyai mental yang tidak sehat, sehingga orang-orang yang menderita penyakit mental ini mengambil jalan pintas dengan melakukan tindakan bunuh diri. Tindakan ini merupakan salah satu hal yang akan memisahkan antara manusia dengan agamanya.<sup>4</sup> Kehidupan manusia akan berjalan dengan baik dan

---

<sup>3</sup> Khairunnas Rajab, *Psikologi Iman sebagai Penguatan Nilai Teologis dalam Kesehatan Mental Islam*, mengutip dari Harian Sijori Mandiri, Jurnal Sosio-Religia, Vol. 9, No. 3, 2010, 1.

<sup>4</sup> Mehdi Al-Ghalsani, *Filsafat Sains Menurut al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1993), 9.

bahagia jika terdapat keseimbangan antara dunia dan akhirat.<sup>5</sup> Sebagaimana firman Allah Swt. Q.S. Al-Baqarah/2: 201

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

*“Di antara mereka ada juga yang berdoa, “Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat serta lindungilah kami dari azab neraka.”*

Merujuk teori tentang keseimbangan antara dunia dan akhirat, tasawuf memberikan teori tentang keseimbangan norma-norma agama dan norma-norma di zaman modern. Akan tetapi, ada pula orang-orang yang menganggap bahwa pengaruh sufisme hanya membahas tentang urusan-urusan Islam saja.<sup>6</sup>

Sama halnya seperti kesehatan fisik, kesehatan mental juga merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Hal ini dikarenakan mental yang sehat sangat mempengaruhi segala aspek kehidupan manusia. Segala aktifitas orang-orang yang mempunyai mental yang sehat pasti akan berjalan dengan lancar dan maksimal tanpa adanya gangguan atau hambatan dari beban pikiran dalam dirinya. Orang yang mempunyai mental yang sehat ialah orang-orang yang terhindar dari segala sesuatu dan gejala mengenai gangguan serta penyakit mental seperti fobia, depresi, gangguan kecemasan dan lain sebagainya. Mental yang sehat akan membuat seseorang mampu menyesuaikan diri dimanapun dan kapanpun, memanfaatkan segala macam potensi diri yang ada dan mengembangkan bakat semaksimal mungkin. Sehingga, hal ini

---

<sup>5</sup> Abd Wadud, *Pendidikan Agama Islam: Al-Qur'an Hadis Untuk Madrasah Tsanawiyah Kelas VIII*, (Semarang: Karya Toha Putra, 2015), 94.

<sup>6</sup> Akbar S. Ahmed, *Post Modernisme and Islam: Predicament and Promise*, (London: Routledge, 1992), 23

akan memberikannya rasa bahagia dan membuat hidupnya lebih harmonis secara lahir dan batin.<sup>7</sup> Keadaan fisik seseorang yang sehat tidak dapat jauh-jauh dari keadaan mental yang baik dan sehat pula. Karena mental yang tidak sehat atau mengalami gangguan, akan mempengaruhi kondisi fisik seseorang.

Gangguan mental merupakan suatu kesalahan yang terjadi pada mental yang sehat dan ideal.<sup>8</sup> Stress, frustrasi, dan lain sebagainya merupakan beberapa indikasi bahwa seseorang menderita kelainan mental. Salah satu cara untuk mengatasi hal tersebut, seseorang harus bisa menyesuaikan diri dimanapun dan kapanpun agar semua kebutuhan hidupnya terpenuhi.

Ada banyak sekali aneka ragam kebutuhan hidup manusia, mulai dari segi spiritual, emosional, maupun intelektual. Kebutuhan spiritual manusia adalah salah satu bentuk dan upaya untuk mengisi jiwa dan hati dengan norma-norma kebaikan yang berhubungan dengan agama.<sup>9</sup> Orang-orang yang selalu mengisi hatinya dengan berbagai macam kebaikan, maka hidupnya akan senantiasa dikelilingi oleh rasa tenang dan nyaman. Sehingga hal ini dapat menjauhkannya dari gangguan dan kelainan mental.

Kesehatan mental yang baik merupakan suatu keadaan dimana seseorang terhindar dari segala macam dan jenis gangguan mental, keadaan dimana seseorang

---

<sup>7</sup> Siti Sudari HS, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), 1

<sup>8</sup> Moeljono Notosoedirdjo, Latipun, *Kesehatan Mental, Konsep dan Penerapan* (Malang: UMM Press, 2014), 42

<sup>9</sup> Bahri Ghazali, Filsafat Dakwah, *Panduan Perkuliahan Efektif* (Bandar Lampung:Harakindo Publishing, 2014), 55.

dapat menjalankan hidupnya sesuai dengan baik dan benar, seseorang yang dapat menyesuaikan diri dalam menghadapi setiap masalah yang akan dan telah ia jalani semasa hidupnya.

Ketertarikan penulis dalam pengambilan judul penelitian tentang kesehatan mental ini tak lain karena adanya beberapa faktor yang berdasarkan dengan pengalaman pribadi, pengamatan, dan kepustakaan serta adanya objek material dan objek formal. Objek material adalah suatu pemikiran tokoh sedangkan objek formalialah suatu pemikiran yang akan diuraikan oleh peneliti.

Dalam teorinya, Sigmund Freud menjelaskan secara detail mengenai struktur kejiwaan manusia sampai kepada sumber-sumbernya. Freud juga memberikan gambarannya terhadap manusia berdasarkan dengan teori analisisnyasendiri.

Kesehatan mental yang dibahas oleh Sigmund Freud disini berkaitan dengan teori psikoanalisis yang di kembangkan oleh Freud dan para pengikutnya sebagai studi fungsi dan perilaku psikologis manusia. Teori psikoanalisis ini merupakan teori yang menjelaskan tentang perkembangan kepribadian, di dalamnya terdapat unsur-unsur yang diutamakan seperti motivasi, emosi dan aspek-aspek internal lainnya. Teori ini juga berasumsi bahwa kepribadian seseorang akanberkembang ketika terjadi konflik dari aspek-aspek psikologis tersebut, hal ini biasanya terjadi pada anak-anak usia dini.

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013) dan UU Nomor 18 tahun 2014, kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan (*well-being*) yang menyangkut perkembangan fisik, psikis, spiritual, dan sosial sehingga individu mampu menyadari kemampuannya sendiri untuk mengatasi tekanan di kehidupan yang normal,

bekerja secara produktif, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2011) atau tempat di manapun dia berada.<sup>10</sup> Teori psikoanalisis ini berkaitan erat dengan kesehatan mental seseorang. Karena kesehatan mental seseorang itu sangat mempengaruhi perkembangan dari kepribadian dan perilaku manusia tersebut.

Pemikiran-pemikiran Sigmund Freud tentang tiga konsep titik kepribadian manusia sebagai *ego* (kata latin “aku”), *superego* (kata latin “aku yang tinggi/atas) dan *id* (kata latin “ini/itu) yang mana ketiganya itu membahas tentang mental dan juga kepribadian seseorang, hal inilah yang membuat peneliti sangat tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih jauh lagi tentang persoalan tersebut melalui sebuah penelitian dengan judul “*Konsep Kesehatan Mental Sigmund Freud Dalam Perspektif Al-Qur’an*”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apa konsep kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur’an.
2. Apa konsep kesehatan mental Sigmund Freud.
3. Bagaimana pandangan Al-Qur’an terhadap konsep kesehatan mental perspektif Sigmund Freud.

## **C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian**

Tujuan penelitian ini antara lain :

---

<sup>10</sup> Alfiah Amaliyah, Anastasia Nandhita Asriningtyas, Dkk, *Jejak Pemikiran Pemuda Indonesia Tentang Kesehatan Mental dan Covid-19*, (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2021),112

1. Untuk mengetahui kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui kesehatan mental Sigmund Freud.
3. Untuk mengetahui pandangan Al-Qur'an terhadap konsep kesehatan mental Sigmund Freud.

#### **D. Definisi Operasional**

Untuk memudahkan pemahaman tentang judul di atas agar tidak adanya kesalahpahaman, maka penulis memberikan penjelasan mengenai istilah yang ada pada judul tersebut, diantaranya:

1. Konsep Kesehatan mental

Menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI), Konsep merupakan rancangan, ide atau pengertian yang diabstrakkan dari peristiwa yang konkret. Bisajuga gambaran dari objek yang digunakan oleh akal budi untuk memahami hal-hal lain. Definisi kesehatan tidak hanya meliputi ahli medis, tetapi juga aspek mental dan sosial, dan bukan hanya satu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan.<sup>11</sup>

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mental adalah hal yang bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga. Sedangkan konsep kesehatan mental dalam penelitian ini adalah suatu pengertian atau konsep yang sudah dirancang oleh Sigmund Freud yang dikenal sebagai bapak psikologi tentang tingkah laku atau sifat perilaku yang ada di dalam diri manusia.

---

<sup>11</sup> Heri D.J. Maulana, *Promosi Kesehatan* (Jakarta: EGC, 2009), 4

Penemuan paling mendasar oleh Freud adalah peran dinamis dari ketidaksadaran dalam kehidupan psikis manusia. Freud menguraikan bahwa sebagian besar kehidupan psikis manusia terjadi pada tingkat yang tidak disadari dibandingkan tingkat kesadaran manusia.<sup>12</sup>

Tingkat kesadaran mencakup segala hal yang kita perhatikan pada suatu waktu tertentu. Freud berpendapat bahwa hanya sebagian kecil dari kehidupan mental, seperti pikiran, persepsi, perasaan, dan ingatan, yang muncul dalam kesadaran. Sedangkan menurut Freud, tingkat ketidaksadaran merupakan elemen paling krusial dalam jiwa manusia. Freud secara khusus menyatakan bahwa ketidaksadaran bukanlah konsep hipotetis, melainkan suatu realitas empiris.<sup>13</sup>

## 2. Sigmund Freud

Sigmund Freud adalah pendiri aliran psikoanalisis dalam bidang ilmu psikologi dan merupakan seorang Austria keturunan Yahudi. Dia lahir di Freiberg, tanggal 6 Mei 1856 dan meninggal dunia pada 23 September 1939 di London pada umur 83 tahun.<sup>14</sup> Penemuan psikoanalisis ini membuat nama Freud menjadi masyhur karena istilah ini diciptakan oleh Freud untuk pertama kalinya pada tahun 1896. Bisa dikatakan bahwa

---

<sup>12</sup> Kees Bertents, *Psikoanalisis Sigmund Freud* (Jakarta:Gramedia Pustaka, 2006), 10

<sup>13</sup> Fakultas Psikologi UST, *Teori Kepribadian Sigmund Freud*, <https://psikologi.ustjogja.ac.id/2015/11/05/teori-kepribadian-sigmund-freud/>, diakses tanggal 5 Desember 2023

<sup>14</sup> Abu Tazid, *Tokoh, Konsep dan Kata Kunci Teori Postmodern*, (Yogyakarta:Deepublish, 2017), 117



psikoanalisis ini merupakan suatu pandangan baru tentang manusia yang mana ketidaksadaran memainkan peranan sentral.<sup>15</sup>

### 3. Perspektif Al-Qur'an

Menurut kamus besar bahasa Indonesia(KBBI), perspektif merupakan sudut pandang atau pandangan seseorang. Sedangkan Joel M Charon, perspektif adalah kerangka konseptual, perangkat asumsi, perangkat nilai dan gagasan yang mempengaruhi persepsi atau pendapat seseorang sehingga nantinya juga akan mempengaruhi tindakan seseorang dalam situasi dan kondisi tertentu. Menurut peneliti, perspektif itu adalah bagaimana seseorang memberikan pandangan terhadap suatu hal tentang baik dan buruknya hal tersebut.

Maksud dari perspektif Al-Qur'an di sini adalah gambaran bagaimana suatu pemikiran tokoh menurut Al-Qur'an. Apakah pemikiran itu berhubungan atau berkaitan dengan Al-Qur'an, apakah pemikiran tersebut sejalan dengan Al-Qur'an atau malah sebaliknya. Dalam hal ini peneliti menjadikan Al-Qur'an sebagai rujukan atas segala masalah yang ada di dalam kehidupan manusia termasuk dalam hal kesehatan mental. Yang mana Al-Qur'an itu sendiri merupakan sebuah kitab suci dan petunjuk yang diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad Saw. bagi seluruh manusia. Allah memerintahkan umat-Nya untuk membaca, memahami, dan menghayati Al-Qur'an agar

---

<sup>15</sup> K Bertens, *Psikoanalisis Sigmund Freud* (Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 2006), 3

dapat meraih yang namanya iman sekaligus memantapkannya.<sup>16</sup> Sebagaimana firman-Nya dalam Q.S. Muhammad/47: 24

أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا

“*Tidakkah mereka merenungkan Al-Qur’an ataukah hati mereka sudah terkunci?*”

#### **E. Penelitian Terdahulu**

1. Skripsi dengan judul “Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur’an” oleh Husnul Hatima A Darise, dari Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, IAIN Palu, tahun 2018. Skripsi ini meneliti tentang pandangan Al-Qur’an terhadap kesehatan mental yang mana dalam istilah Al-Qur’an itu sendiri mental merupakan fikiran, akal, hati dan ingatan.<sup>17</sup>
2. Tesis dengan judul “Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur’an dan Implikasinya terhadap *Adversity Quotient* Perspektif Tafsir Al-Misbah” oleh Samain, Program Pascasarjana IAIN Salatiga, tahun 2020. Penelitian ini membahas tentang kekuatan spiritual dan sabar dalam Al-Qur’an yang

---

<sup>16</sup> M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur’an Jilid 2* (Tangerang: Lentera Hati, 2011), 23

<sup>17</sup> Husnul Hatima A Darise, *Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur’an*, (Palu: Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palu, 2018), 67

merupakan salah satu kunci dari penyembuhan gangguan kesehatan mental melalui keyakinan yang ada dalam diri manusia.<sup>18</sup>

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian yang berupa kajian pustaka (*library research*). Yaitu penelitian yang melibatkan literatur sebagai fokus dari penelitiannya atau semacam rangkaian kegiatan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, serta mengelola bahan penelitian.<sup>19</sup>

Telaah pustaka dilakukan dengan cara mengumpulkan data atau informasi dari berbagai sumber pustaka yang kemudian disajikan dengan cara baru dan untuk menemukan tujuan penelitian. Penelitian ini dilakukan untuk memecah suatu masalah yang berpijak pada pengkajian kritis dan mendalam terhadap bahan-bahanpustaka yang relevan. Bahan pustaka ini diposisikan sebagai sumber ide atau inspirasi.<sup>20</sup> Sedangkan metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu lebih menekankan pada aspek pendalaman secara mendalam terhadap suatu masalah.<sup>21</sup>

### **2. Data dan Sumber Data**

---

<sup>18</sup> Samain & Budihardjo, Prodi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah IAIN Bone, Vol. 1, No. 2, Desember 2020 ATTA'DIB Jurnal Pendidikan Agama Islam,

<sup>19</sup> Metiska Zed, *Metode Penelitian kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014), 3

<sup>20</sup> Milya Sari dan Asmendri, *Penelitian kepustakaan (Library research)*, Vol.6, No1. Natural Science, (2020), 42

<sup>21</sup> Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), 53

a. Data

Data adalah sebuah informasi yang akan dianalisa dan memiliki relevansi dengan masalah tertentu. Pada penelitian kualitatif, bentuk data berupa kalimat atau narasi dari subjek penelitian.<sup>22</sup> Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah ayat-ayat yang berkaitan dengan konsep-konsep kesehatan mental yang sudah dibatasi oleh penulis.

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Data primer adalah data yang menjadi sumber dalam penelitian,<sup>23</sup> atau data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dalam bentuk apapun.<sup>24</sup> Adapun data primer dalam penelitian ini adalah kitab tafsir Al-Misbah, tafsir Al-Azhar dan buku Psikoanalisis Sigmund Freud.

2) Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber data kedua yang digunakan sebagai penunjang dalam penelitian.<sup>25</sup> Adapun data sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku, jurnal, skripsi, tesis, majalah, artikel di internet maupun media dan hal-hal yang relevan dengan pembahasan sebagai penunjang dalam penelitian ini.

---

<sup>22</sup> Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012),

<sup>23</sup> Joko Sbagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bineka Cipta, 2011), 87

<sup>24</sup> Suryosubroto, *Manajemen Pendidikan Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), 39

<sup>25</sup> Rahmadi, *Pengantar Metode Penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Pres, 2011), 64

## **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika ini dimaksudkan untuk mempermudah para pembaca dalam menelaah isi kandungan yang ada didalamnya. Karena kajian ini merupakan penelitian kepustakaan, maka skripsi ini terdiri atas rincian sebagai berikut :

1. Bab pertama merupakan pendahuluan yang memuat tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

2. Bab kedua membahas tentang pemikiran-pemikiran para ahli Qur'an atau mufassir seperti M. Quraish Shihab dan Buya Hamka.

3. Bab ketiga membahas tentang tokoh dalam penelitian yaitu Sigmund Freud beserta pemikiran dan konsepnya tentang kesehatan mental.

4. Bab keempat berisi tentang pembahasan dari bab I dan bab II yaitu konsep kesehatan mental Sigmund Freud dalam perspektif Al-Qur'an.

5. Bab kelima berisi penutup, yang terdiri dari kesimpulan sebagai jawaban atas pokok-pokok permasalahan yang telah dirumuskan serta saran-saran untuk hasil penelitian dan rekomendasi untuk penelitian yang akan datang jika memang diperlukan. Pada halaman terakhir juga dimuat daftar pustaka sebagai catatan sumber penelitian dari bahan-bahan acuan dalam penelitian.